



# Être préparé, c'est rester en sécurité.

Vous recevrez des comprimés de KI par la poste.  
Pour de plus amples renseignements, veuillez visiter le  
[www.preparetobesafe.ca](http://www.preparetobesafe.ca)





# LA SÉCURITÉ NÉCESSITE DE LA PRÉPARATION.

Dans le cas très improbable d'un accident nucléaire, un comprimé d'iodure de potassium (KI) représente un élément essentiel pour vous garder, ainsi que votre famille, en sécurité. On ne peut jamais être trop bien préparé.

## Qu'est-ce que l'iodure de potassium (KI)?

Le KI (appellation chimique de l'iodure de potassium) est un sel d'iode stable (non radioactif). Il constitue un nutriment essentiel nécessaire en petites quantités pour le fonctionnement adéquat de la thyroïde. Le KI existe sous forme de comprimés faciles à avaler.

## Pourquoi est-ce que j'en reçois maintenant?

La Commission canadienne de sûreté nucléaire (CCSN) est l'organisme fédéral qui surveille l'exploitation sécuritaire des centrales nucléaires. Maintenant, elle exige que toutes les maisons et entreprises dans les 10 km d'une centrale nucléaire reçoivent un approvisionnement de comprimés de KI. Jusqu'à maintenant, on ne pouvait se procurer ces comprimés que dans les pharmacies. La CCSN exige maintenant qu'on les envoie à toutes les maisons et entreprises, et ce, en raison des normes de sécurité accrues.

## Comment fonctionne le KI?

L'efficacité du KI en tant que bloqueur spécifique de l'absorption d'iodes radioactifs par la thyroïde est bien établie. Lorsqu'on le prend en respectant la dose recommandée et au bon moment, le KI est efficace pour ce qui est de réduire le risque de cancer thyroïdien chez les personnes ou populations qui pourraient inhaler ou ingérer des iodes radioactifs. Le KI remplit la thyroïde d'iodes non radioactifs et empêche l'absorption des molécules radioactives. Le KI n'offre pas de protection contre les autres types de radiation.

## Quand faut-il le prendre?

Dans le cas improbable d'une urgence, le médecin hygiéniste en chef pour l'Ontario donnera des directives par la radio, la télévision, Internet et d'autres voies accessibles concernant où, quand, comment et par qui le KI doit être pris. Il est important d'attendre cet avis. Ne prenez pas ces comprimés avant qu'on ne vous ait dit de le faire. Vous n'aurez qu'à prendre les comprimés pendant une courte période, probablement un à deux jours.

## Combien dois-je en prendre?

<b>Femmes enceintes et qui allaitent</b>	2 comprimés (1 dose unique seulement)
<b>Adultes de 18 ans et plus</b>	2 comprimés toutes les 24 heures
<b>Enfants de 3 à 18 ans</b>	1 comprimé toutes les 24 heures
<b>Enfants de 1 mois à 3 ans</b>	½ comprimé par jour broyé dans des aliments ou du liquide
<b>Enfants de moins de 1 mois</b>	¼ de comprimé dissout dans du liquide (1 dose unique seulement)

Au besoin, et pour les jeunes enfants, on peut broyer les comprimés dans des aliments ou les dissoudre dans du liquide.

En cas de surdose, veuillez consulter un médecin ou appeler un centre antipoison immédiatement. Tél. : 1-800-268-9017 ou 416-813-5900.

## Que comprend ma trousse de comprimés de KI?

La trousse comprendra 20 comprimés de KI, soit une quantité suffisante pour cinq adultes ou dix enfants, ou toute combinaison pendant deux jours, ce qui est une période plus que suffisante pour la durée d'une exposition à un événement nucléaire peu probable. La trousse contient également un livret d'information sur les comprimés de KI et leur utilisation. Si vous avez besoin de plus de 20 comprimés, il y a des directives pour en commander d'autres.

## Y a-t-il des effets secondaires?

Le risque d'effet secondaire découlant de la prise d'une dose de KI est extrêmement faible pour tous les groupes d'âge avec une fonction thyroïdienne normale. L'avantage général pendant une urgence nucléaire l'emporte sur le risque d'effet secondaire.

Il existe un risque accru d'effet secondaire avec les personnes atteintes de troubles de la thyroïde, c'est-à-dire thyroïdite auto-immune, maladie de Graves, carence en iode et goitre nodulaire. Ces troubles sont plus communs chez les adultes et les aînés, et plus rares chez les enfants.

Des effets secondaires rares dans d'autres parties du corps, comme des effets gastro-intestinaux ou une réaction d'hypersensibilité, peuvent se produire, mais en général, ils sont légers.

Les personnes sensibles à l'iode, qui ont ou ont eu un trouble de la thyroïde ou qui ont toute autre inquiétude doivent consulter leur médecin ou infirmier/infirmière avant de prendre du KI.

## Comment serai-je avisé en cas d'urgence nucléaire?

Par des sirènes, la radio, la télévision, Internet, un appel téléphonique automatisé et les médias sociaux.

## Que dois-je faire?

1. Aller à l'intérieur et allumer la radio ou la télévision pour entendre des directives;
2. Écouter les reportages des médias;
3. Suivre les directives émises par les représentants du gouvernement;
4. Suivre les directives pour ce qui est d'évacuer, de se mettre à l'abri sur place, de prendre des comprimés de KI et de se présenter à un centre d'accueil aux fins de surveillance.

## Un accident nucléaire ne se déroulerait-il pas trop vite pour réagir?

Non. Dans le cas très improbable d'un rejet radioactif, il faudra plusieurs heures et jours pour qu'il se déploie. On aura le temps de réagir aux directives d'urgence.

## Comment puis-je en apprendre davantage?

Si vous avez des questions ou préoccupations, veuillez visiter le [www.preparetobesafe.ca](http://www.preparetobesafe.ca). Pour en savoir davantage sur le programme de distribution de KI dans la région de Durham, veuillez composer le 1 800 841 2729; à Toronto, vous pouvez composer le 311. Pour plus d'information, vous pouvez également communiquer avec Télésanté Ontario au 1 866 797 0000.